



Hausgemachte Spatzen

Zutaten

- 400 g Mehl
- 3 Ei(er)
- 125 ml Wasser
- 1 TL Salz
- 3 l Wasser
- etwas Maggi Würzmischung 1, für gebratenes Fleisch

Zubereitung

1. Mehl, Ei(er), Wasser und Salz zu einem Spätzleteig verarbeiten.
2. In einem Topf Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Spatzen portionsweise über ein feuchtes Brett mit einem Messer in das Wasser schaben. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen. Die Spatzen als Beilage servieren oder weiterverarbeiten.
3. Die Spatzen als Beilage servieren oder weiterverarbeiten.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	49 g
Energie	270 kcal
Fett	3 g
Protein	10 g

⌚ 21 Minuten

⊕ 6 Portionen